Adhyātma Upaniṣad

(Nº 73. Sāmānya. Yajur-Veda Branco)

Tradução em inglês de K. Narayanaswami Aiyar - 1914

Tradução em português de Eleonora Meier - 2018

O Único Aja (não-nascido) está sempre localizado na caverna (do coração) dentro do corpo. (Pṛthivī) a terra é Seu corpo; embora Ele permeie a terra, ela não o conhece. As águas são Seu corpo; embora Ele permeie as águas, elas não o conhecem. Agni [o fogo] é Seu corpo; embora ele permeie agni, ele não o conhece. Vāyu [o ar] é Seu corpo; embora ele permeie vāyu, ele não o conhece. Ākāśa [o éter] é Seu corpo; embora Ele permeie ākāśa, ele não o conhece. Manas [a mente] é Seu corpo; embora Ele permeie manas, ela não o conhece. Buddhi [o intelecto] é Seu corpo; embora Ele permeie buddhi, ela não o conhece. Ahaṃkāra [o ego] é Seu corpo; embora ele permeie ahaṃkāra, ele não o conhece. Citta [substância mental] é Seu corpo; embora ele permeie citta, ela não o conhece. Avyakta [o imanifesto] é Seu corpo; embora ele permeie avyakta, ele não o conhece. Akṣara [o imperecível] é Seu corpo; embora Ele permeie akṣara, ele não o conhece. Mṛtyu [a morte] é Seu corpo; embora Ele permeie mṛtyu, ele não o conhece. Ele, que é a alma interna de todas as criaturas e o purificador de pecados, é o único e divino Senhor Nārāyaṇa.

1. Os sábios devem, através da prática de meditação profunda sobre Brahman, abandonar o conceito (recorrente) de ‘eu’ e ‘meu’ no corpo e nos sentidos que são diferentes do Ātman.

2. Tendo se reconhecido como Pratyagātman, a testemunha de buddhi [intelecto] e suas ações, se deve sempre pensar “So’ham” (Eu sou Aquilo) e deixar a ideia de Ātman em todos os outros[1].

3. Evitando as ocupações do mundo, do corpo e dos Śāstras, comece removendo a falsa atribuição de eu.

4. No caso de um yogue que permanece sempre em seu próprio Ātman, a sua mente perece ao ter reconhecido o seu Ātman como o Ātman de todos, através de inferência, dos Vedas e da própria experiência.

5. Nunca dando o menor espaço para o sono, conversas mundanas, sons, etc., pense em Ātman (em si mesmo) como o Ātman (supremo).

6. Evite de longe como um cāṇḍāla [pária] (o pensamento sobre) o corpo, que é gerado a partir das impurezas dos pais e é composto de excrementos e carne. Então você se tornará Brahman e estará (em um estado) abençoado.

7. Ó Sábio, tendo dissolvido (Jīva-) Ātman em Paramātman com o pensamento de ele ser indivisível, como o éter de um jarro no éter universal, esteja sempre em um estado de taciturnidade.

8. Tendo se tornado aquilo que é a sede de todos os Ātmans e o autorresplendecente, rejeite o macrocosmo e o microcosmo como um recipiente impuro.

[1] [‘Identificando o ‘eu’ com aquele (o sujeito)’. – A. G. Krishna Warrier].

9. Tendo fundido no Cidātman, que é sempre bem-aventurado, o conceito de ‘eu’ que está enraizado no corpo e tendo removido o (conceito de) Liṅga (aqui o sinal de separatividade), se torne eternamente o Kevala (único).

10. Tendo reconhecido que ‘Eu sou aquele Brahman’ no qual o universo aparece como uma cidade em um espelho, torne-se aquele que cumpriu (todo) o seu dever, ó impecável.

11. O Sempre Bem-aventurado e o Autorrefulgente estando livre do domínio do ahaṃkāra alcança o seu próprio estado, como a Lua imaculada tornando-se cheia (após o eclipse).

12. Com a extinção das ações, surge a extinção de cintā [pensamento]. Daí surge a dissolução das vāsanās [tendências latentes] e, da última, surge mokṣa [libertação]; e isso é chamado de Jīvanmukti [libertação em vida].

13. Considerar tudo em todos os lugares e momentos como Brahman provoca a destruição das vāsanās através da força das vāsanās de natureza sátvica.

14. Descuido em Brahmaniṣṭha (ou meditação em Brahman) não deve ser permitida (se insinuar) de nenhuma maneira. Os conhecedores de Brahman designam (esse) descuido, em ciência de Brahman, como a (própria) morte.

15. Assim como o musgo (momentaneamente) desalojado (em um tanque) novamente retoma a sua posição original em um minuto, assim Māyā envolve até mesmo os sábios se eles forem descuidados (mesmo por um instante).

16. Aquele que chega ao estado de Kaivalya durante a vida se torna um Kevala [absoluto] mesmo após a morte de seu corpo. Sempre dedicado ao samādhi, torne-se um nirvikalpa (ou o imutável), ó impecável.

17. O granthi (ou nó) do coração, cheio de ajñāna [ignorância], é totalmente rompido quando se vê o seu Ātman como sem segundo através do nirvikalpa samādhi.

18. Agora, tendo fortalecido o conceito de Ātman e abandonado bem aquele de ‘eu’ no corpo, alguém deve ser indiferente como ele seria em relação a jarros, tecidos, etc.

19. De Brahmā a um pilar, todos os upadhis são apenas irreais. Por isso deve-se ver (ou reconhecer) o seu Ātman como todo-pleno e existente por si só (único).

20. Brahma é Svayam (Ātman); Viṣṇu é Ātman; Rudra é Ātman; Indra é Ātman; todo esse universo é Ātman e não há nada além de Ātman.

21. Por expulsar (da mente) sem nenhum resíduo todos os objetos que se sobrepõem ao próprio Ātman alguém se torna Parabrahman o pleno, o sem segundo e o sem ação.

22. Como pode haver a heterogeneidade do universo de saṃkalpa e vikalpa nesse Princípio Único que é imutável, informe e homogêneo?

23-24. Quando não há diferença entre o observador, o observado e a observação, havendo o imperecível e Cidātman, cheio como o oceano no fim de um Kalpa e refulgente, toda escuridão, a causa da falsa percepção, se funde

nele. Como pode haver heterogeneidade naquele único Princípio supremo que é uniforme?

25. Como pode haver heterogeneidade no Tattva mais elevado que é Único? Quem observou alguma heterogeneidade em suṣupti (o sono sem sonhos), onde existe apenas felicidade?

26. Esse vikalpa [variedade] tem sua base na citta [mente] somente. Quando não há citta, não há nada. Portanto, una a citta com Paramātman em seu estado Pratyagátmico.

27. Se alguém conhece o Ātman como a bem-aventurança ininterrupta em si, então ele bebe sempre o suco (ou essência) da felicidade em seu Ātman, seja internamente ou externamente.

28. O fruto do vairāgya [desapego] é bodha (sabedoria espiritual); o fruto de bodha é uparati (renúncia); śānti (paciência doce) é alcançada a partir do desfrute da bem-aventurança do próprio Ātman, e essa śānti é o fruto de uparati.

29. Se o último em cada um desses estiver ausente, o primeiro é inútil. Nivṛtti (ou o caminho de retorno) leva ao maior contentamento, e a bem-aventurança (espiritual) é considerada como além de toda analogia.

30. Aquele que tem Māyā como seu upadhi [adjunto] é o ventre do mundo; aquele verdadeiro que tem o atributo de onisciência, etc., e tem o mistério diverso é denotado pela palavra "Tat" (Aquilo).

31. É chamado de Apara (o outro ou inferior) aquele que brilha através da meditação sobre a ideia e o mundo asmat[2] e cuja consciência é desenvolvida por antaḥkaraṇa[3].

32. Ao separar os upadhis Māyā e avidyā de Para e Jīva (Ātmans cósmico e humano, respectivamente), se realiza Parabrahman que é indiviso e Saccidānanda.

33. Fazer a mente pensar em tais frases (ou ideias) como as acima constitui sravana (ouvir). Isso se torna manana (contemplação) quando essas ideias são aquietadas (em uma só) através de raciocínio lógico.

34. Quando o significado (delas) é confirmado através desses (dois processos), a concentração da mente nela somente constitui nididhyāsana.

35. É chamado de samādhi aquele no qual a citta, erguendo-se acima do conceito de contemplador e contemplação, se funde gradualmente no contemplado, como uma luz não perturbada pelo vento.

36. Nem os estados mentais são reconhecidos (no momento em que se está no âmbito do Ātman). Mas eles só são inferidos a partir da lembrança que ocorre depois do samādhi.

37. Através desse samādhi são destruídos crores de karmas que se acumularam durante os ciclos de nascimentos sem início, e dharma puro é desenvolvido.

---

[2] Eu e suas inflexões.

[3] [“O sentido expresso da palavra ‘Tvam’ resplandece como o conteúdo da ideia e expressão ‘eu’; é a consciência misturada com a mente (o órgão interno de percepção)”. – A. G. Krishna Warrier].

38-39. Os conhecedores de Yoga chamam esse samādhi de dharma-megha (nuvem), visto que ele derrama gotas nectáreas de karma em grandes quantidades, quando todas as hostes de vāsanās são destruídas totalmente através disso, e quando os karmas acumulados, virtuosos e pecaminosos, são erradicados.

40. Então, aquele no qual a fala estava oculta até agora não aparece mais assim, e brilha como Sat; e a cognição direta se revela, como a groselha na palma da mão.

41-42a. Vairāgya [desapego] começa de onde as vāsanās cessam de surgir em relação aos objetos de prazer. A cessação do surgimento da ideia de 'eu' é o ápice de buddhi [intelecto]; uparati começa de onde os estados mentais, uma vez destruídos, não surgem novamente.

42b. É considerado possuidor de Sthitaprajña aquele asceta que desfruta de bem-aventurança sempre e cuja mente está aborta em Brahman que não tem forma nem ação.

43-44. É chamado de prajñā aquele estado mental que realiza a unicidade de Brahman e Ātman após investigação profunda, e que tem a vṛtti de nirvikalpa e cinmātra. Aquele que possui isso sempre é um Jīvanmukta.

45. Um Jīvanmukta é aquele que não tem o conceito de 'eu' no corpo e nos sentidos, nem o conceito de outro (diferente de si mesmo) em tudo mais.

46. Um Jīvanmukta é aquele que através de sua prajñā não vê nenhuma diferença entre o seu próprio Ātman e Brahman, bem como entre Brahman e o universo.

47. Um Jīvanmukta é aquele que mantém equanimidade mental quando reverenciado pelos bons ou injuriado pelos maus.

48. Aquele que conheceu a verdadeira natureza de Brahman não está sujeito ao renascimento como antes. Mas, se estiver assim sujeito, então ele não é um verdadeiro conhecedor, o conhecimento de Brahman sendo apenas externo.

49. Um homem está sujeito ao prārabdha[4] enquanto ele é afetado pelo prazer, etc. A obtenção de um resultado é sempre precedida de ação, e em nenhum lugar é sem karma.

50. Através da cognição 'Eu sou Brahman' são destruídos karmas acumulados durante centenas de crores de nascimentos anteriores, como as ações no estado de sonho (que são destruídas) durante o estado de vigília.

51. Um asceta que se reconheceu como desprovido de associados e indiferente como o éter não é afetado por nenhum de seus karmas em tempo algum.

52. Assim como o éter não é afetado pelo cheiro alcoólico pelo contato com um recipiente, assim o Ātman não é afetado pelos guṇas produzidos por seu upadhi.

53. O prārabdha karma que começou a agir antes do início do jñāna não pode ser impedido por ele; e se deve colher o seu fruto, como no caso de uma flecha disparada em um alvo.

---

[4] O resultado do karma passado desfrutado agora.

54. Uma flecha que é disparada em direção a um objeto com a ideia de que ele é um tigre não para quando ele (o tigre) se revela ser uma vaca; mas perfura inalteravelmente o alvo por sua velocidade, sem parar.

55. Quando alguém percebe o seu Atman como livre da velhice e da morte, então como o prārabdha irá afetá-lo?

56-57. O prārabdha realiza (o seu trabalho) apenas quando alguém considera seu corpo como Ātman. Essa concepção de Ātman como o corpo não é nada desejável; então ela deve ser abandonada junto com o prārabdha, já que é simplesmente uma ilusão atribuir prārabdha a esse corpo.

58. Como pode haver realidade para aquilo que é sobreposto sobre outro? Como pode haver nascimento para o que não é real? Como pode haver morte para o que não nasceu? Como pode haver prārabdha para o que é irreal?

59-60. O Veda fala de prārabdha apenas em um sentido externo, para satisfazer aquelas pessoas tolas que duvidam, dizendo: 'Se o jñāna pode destruir todos os resultados do ajñāna (como corpo, etc.), então de onde vem a existência desse corpo para alguém assim?', mas não para inculcar aos sábios a existência do corpo.

61-64. Ātman é todo-completo, sem início, infinito, imensurável, imutável, repleto de Sat, Cit e Ānanda, imperecível, a única essência, o eterno, o diferenciado, o pleno, o infindável, que tem sua face em toda parte, o que não pode ser abandonado nem aceito, o que não pode ser sustentado nem ser feito sustentar, o desprovido de guṇas, o sem ação, o sutil, o imutável, o puro, o indescritível, a verdadeira natureza do próprio Ātman, acima do alcance da fala e da mente, o pleno de Sat, o autoexistente, o imaculado, o iluminado e o incomparável; assim é Brahman, um só sem um segundo. Não há muitos de modo algum.

Aquele que conhece o seu Atman através da sua própria cognição como aquele que não é restrito por ninguém é um Siddha (aquele que realizou seu objetivo), que identificou o seu Ātman com o Ātman imutável. Para onde esse mundo foi, então? Como ele apareceu? Onde ele é absorvido? Ele foi visto por mim agora mesmo, mas agora já se foi. Que grande milagre! O que é próprio para ser aceito? e o que para ser rejeitado? Qual é o outro (além do Ātman)? E o que é diferente (dEle)? Nesse imenso oceano de Brahman cheio de néctar de bem-aventurança indivisa eu não vejo, não ouço nem conheço nada. Eu permaneço apenas em meu Ātman e na minha própria natureza de Sat, Ānandarūpa. Eu sou um asaṅga (ou o sem associado). Eu sou um asaṅga. Eu não tenho atributos. Eu sou Hari (o Senhor que tira o pecado). Eu sou o quiescente, o infinito, o todo pleno e o antigo. Eu não sou nem o agente nem o desfrutador. Eu sou o imutável e o imperecível. Eu sou da natureza da iluminação pura. Eu sou a bem-aventurança única e perpétua.

Essa ciência foi transmitida a Apāntaratama que a conferiu a Brahmā. Brahmā a concedeu a Ghora-Aṅgiras. Ghora-Aṅgiras a entregou a Raikva, que a confiou a Rāma. E Rāma a concedeu a todos os seres. Esse é o ensinamento do Nirvāṇa; e esse é o ensinamento dos Vedas; de fato, esse é o ensinamento dos Vedas. Assim termina a Upaniṣad.